

Elogio à Simplicidade

Jelson
Oliveira

2ª edição



Prefácio de Ivan Domingues

PUCPRESS 

Ao meu pai,
o mais simples de todos.

*A vida que os homens louvam ou consideram
bem-sucedida é apenas um tipo de vida.
Por que havemos de exaltar só um tipo de vida
em detrimento dos demais?*

Henri David Thoreau

Pobres são os que precisam de muito.

Sêneca



| 9

| 13

| 31

| 37

| 49

| 57

| 65

| 71

| 77

| 83

| 87

| 99

| 107

| 111

| 119

| 129

| 133

| 137

| 145

| 155

| 159

| 167

| 171

| 177

| 181

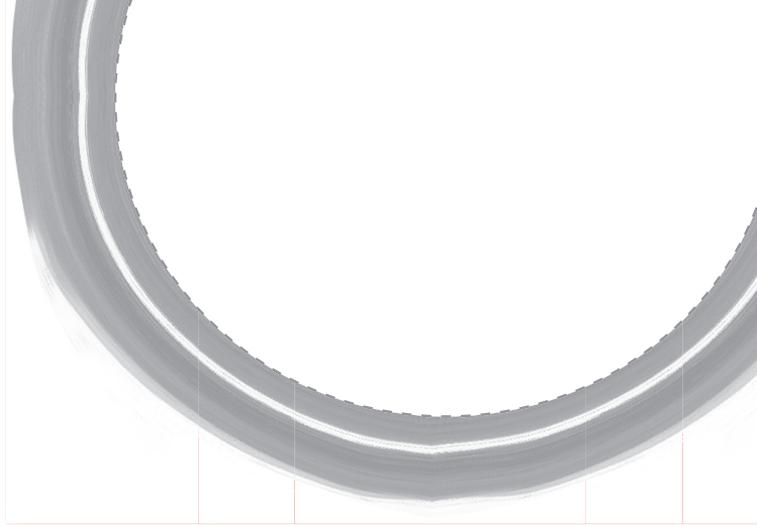
| 185

| 191

| 199

| 217

| 225



Jelson Oliveira já é conhecido nos meios filosóficos brasileiros e desta feita se dirige ao grande público com este livro, o terceiro de uma série, intitulado *Elogio à simplicidade*. Antes de me referir a ele, é importante falar dos dois outros — lançados também este ano em segunda edição —, aos quais está vinculado e lhes dá o arremate.

A ideia do primeiro foi usar o conceito de *phronesis* [sabedoria] para pensar os problemas centrais da vida contemporânea e de teor, antes de tudo, moral (o amor, a amizade, os modos de vida, a experiência da morte). Diferentemente, a proposta do segundo foi pensar o tema da viagem filosófica, associado à experiência do filosofar e a busca de novos horizontes intelectuais e existenciais pelo filósofo andarilho, como nos casos de Voltaire, Rousseau e Nietzsche, além da questão da hospitalidade (Derrida), da fuga do tédio (Schopenhauer) e da aculturação (Montesquieu, Cartas Persas). Por

fim, a ideia do terceiro livro, o *Elogio à simplicidade*, guarda com os dois outros mais de uma proximidade.

Por um lado, na esteira do primeiro e da *phronesis*, trata-se de pensar um problema importante da vida contemporânea: a questão do hiperconsumismo e da desmesura hedonista, uma verdadeira *hybris* que se abateu sobre as sociedades contemporâneas e acarretou um modo de vida ultra-artificial e a maior das dependências: um modo de vida *high-tech* e dependente das comodidades geradas pelas tecnociências e destinadas a preencher o vazio existencial de uma humanidade desenraizada e desnorteadada. Por outro, juntamente com o segundo, trata-se de pensar a viagem de volta, depois da experiência do estranhamento e da aculturação, e em conexão com o tema da viagem como escola de vida (Montaigne) e como alargamento do horizonte da experiência (viver em simplicidade, perto da natureza: Rousseau). Ou seja, voltar à própria casa e experimentar um novo habitar o mundo, não em confronto com a natureza, mas em harmonia com ela.

Então, há bem uma ideia que costura a trilogia e lhe dá a unidade: o primeiro livro trata de como habitamos a casa ou o mundo em que vivemos; o segundo, de como vivemos quando saímos de nossa casa, em viagem; o terceiro, sobre o *modo* dessa habitação de acordo com o preceito da *simplicidade* — que o autor chama de *dietética* da simplicidade. Antes, assim como agora, o autor se viu desafiado por um mesmo problema e tratou de achar a solução percorrendo um mesmo caminho: analisar temas contemporâneos apoiados na tradição filosófica. Ou seja, buscar referências em autores muitas vezes distantes de nós, mas que ajudam a refletir sobre os desafios e os problemas que são nossos: Diógenes, Aristóteles, Sócrates, Epicuro e Sêneca, no mundo antigo; Rousseau, Nietzsche, os americanos Thoreau e Emerson, além de Bauman e Foucault, compondo a constelação dos modernos. Então, o leitor ficará em excelente companhia, com essas estrelas filosóficas

de primeira grandeza, além de privar da intimidade com o autor, que não dissimula seus pensamentos e com generosidade pavimentava o caminho para o leitor neófito, não só compartilhando o problema mas também a solução, pois estamos diante de um livro propositivo e com uma agenda positiva.

Compreende-se então, quando eu disse há pouco que o livro está voltado para o público amplo, não quero dizer se tratar da popularização da filosofia ou de uma filosofia popular. Trata-se antes da filosofia cosmopolita de Kant, diferente da filosofia acadêmica, e com o propósito de se fazer mundo, educando as mentes e cultivando os indivíduos, inspirada nos ideários de ilustração da humanidade patrocinados pela *Aufklärung*. Esse foi o intento de Jelson: trazer ao grande público temas de filosofia moral, que, de acordo com Aristóteles e Kant, qualquer indivíduo medianamente formado, no uso de suas faculdades intelectuais, tem condições de entender. E foi o que ele realizou no livro, dividido em duas partes.

A primeira, intitulada "Nada em excesso", fórmula que a tradição credits a Sólon e cujas variantes podem ser encontradas em outros filósofos, como Epicuro, que dizia "A quem não basta pouco, nada basta". A segunda, com o título "Conhece-te a ti mesmo", a famosa divisa do templo de Delfos, identificada com Sócrates desde os tempos de Platão, mas cuja cidadania filosófica recua a séculos antes, a julgar por Diógenes Laércio, que a atribui a Tales de Mileto. Jelson ajustará ambas e as trará para a atualidade, ao enfrentar temas tão candentes e difíceis que podemos até compreender, mas nos sentimos impotentes, ameaçados e mesmo perdidos. Tal sentimento se disseminou no curso do século XX, quando a humanidade foi apanhada pelas engrenagens da sociedade de consumo, acarretando os extremos da riqueza e da pobreza, o desarte programado dos artefatos tecnológicos, a indústria do *fast-food* e dos alimentos envenenados, a esterilização da natureza, a

disseminação de uma vida artificial *high-tech*, exteriormente rica e ostentatória, mas interiormente pobre e vazia.

Numa situação como essa, o elogio à simplicidade e as companhias de Sêneca, Epicuro, Diógenes, Rousseau são mais do que bem-vindas: são indispensáveis e podem nos ajudar a achar o caminho — de volta... ou da saída? Deixo a resposta ao leitor.

Ivan Domingues

Doutor em Filosofia pela Université de Paris I (Panthéon – Sorbonne), mestre e graduado em Filosofia pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Atualmente, é professor titular da Universidade Federal de Minas Gerais. Tem experiência em várias áreas da Filosofia, com ênfase em filosofia contemporânea, atuando principalmente nos seguintes temas ou disciplinas: teoria do conhecimento, epistemologia das ciências humanas, filosofia da técnica, ética e conhecimento, filosofia francesa e hermenêutica do texto filosófico.



A convicção central deste livro é de que a simplicidade pertence a uma *dietética*. Esse conceito foi tomado de empréstimo do filósofo francês Michel Foucault, que a partir de uma admirável pesquisa de fontes a respeito das práticas dos povos gregos e romanos, principalmente nos dois primeiros séculos de nossa era, concluiu que havia entre eles uma verdadeira *arte da existência*, envolvendo práticas e técnicas de *cuidado de si*. Como regime de zelo consigo mesmo, a dietética é uma arte de viver destinada a um bom uso dos prazeres e uma satisfação adequada das necessidades vitais e recobrem a ideia de *regime*, “uma categoria fundamental através da qual pode-se pensar a conduta humana” (FOUCAULT, 2001, p. 93). Ao invés de limitá-los, a dieta pretende moderar os excessos em vista de sua boa satisfação. A função da dieta é recusar o supérfluo, evitar o desnecessário, fugir do que é perigoso para a saúde, o que

inclui práticas de higiene em vista da garantia do estado original do ser. “O regime é toda uma arte de viver” (FOUCAULT, 2001, p. 93) e “toda uma maneira de se constituir como um sujeito que tem por seu corpo [e por si mesmo] o cuidado justo, necessário e suficiente” (FOUCAULT, 2001, p. 98).

Nesses termos, falar de simplicidade é falar de um conjunto de práticas de si que visam à intensificação da relação que temos com nós mesmos em vista de nosso bem-estar e de nossa saúde. Por isso, o livro, como o leitor verá, pretende-se uma tentativa de reflexão sobre essa *sabedoria*, tematizada por autores tão diversos temporalmente quanto próximos filosoficamente. Seus saberes se conjugam numa teia de argumentos cuja conexão é a ideia de que à filosofia também cabe uma tarefa de sanidade, exação e ajuste econômico da vida. Como uma medicina salutar, a filosofia também tem funções dietéticas. Contribui para o governo de si e, dessa forma, nos torna aptos para recusar o governo dos outros sobre nós, em suas variadas formas. Alienar-se de si é o nome de uma grave epidemia de nossos dias.

A simplicidade, assim, faz parte do regime dos cuidados que devemos ter conosco e que nos possibilitam construir relações mais benfazejas com aqueles com quem convivemos. Quem cuida de si e se conhece sabe de suas potencialidades e seus limites, tende a ser mais íntegro, transparente e autêntico. Com os outros, é mais modesto, humilde e digno. Trata-se de uma dieta a respeito do que é a condição básica para a vida, quais os nutrientes indispensáveis para a satisfação das necessidades e dos imperativos vitais e a realização equilibrada dos prazeres naturais e necessários.

A simplicidade é uma dessas “práticas refletidas e voluntárias através das quais os homens não somente se fixam regras de conduta, como também procuram transformar-se [...] e fazer de sua vida uma obra portadora de valores estéticos” (FOUCAULT, 2007, p. 15). Um regime filosófico cujo benefício é a beleza existencial. Práticas que, de tão indispensáveis, se tornam em tempos de

crise, como são os nossos, também urgentes. Voltar-se para a simplicidade é direcionar atenção para nós mesmos em nosso trânsito no mundo e desenvolver uma verdadeira *cultura de si*, que envolva cuidados constantes e cotidianos, uma dedicação duradoura e devotada a nós mesmos, um exercício ininterrupto que se aproxima de um treinamento atlético. É assim, como busca da *areté*, a virtude da excelência que nos faz aptos para a vida boa, que a simplicidade pode nos conduzir à alegria com nós mesmos. Critério para que a travessia da vida — tão difícil e cheia de obstáculos — seja realizada com força e vigor, a simplicidade exige exercícios e destrezas. Como no atletismo, o treinamento vem pela prática e ele não é a finalidade, mas a preparação. Como virtude, a simplicidade inclui as práticas preparatórias para a conquista da vida boa. É como busca dessa força que a simplicidade pode ser apresentada como uma virtude e, assim, ser enaltecida. E o elogio, aqui, não é outra coisa senão uma ode à vida.

O conceito de *simplicidade* prolonga-se na história na filosofia. Está associado a valores como prudência, moderação, temperança, equilíbrio, serenidade. Trata-se de um valor amplamente elogiado na cultura ocidental que, contraditoriamente, em poucas ocasiões conseguiu vivenciá-lo de fato. Eis o seu paradoxo: como exercício, a simplicidade permanece como uma *incoerência* (o que eu gostaria de ser eu não sou) ou, se quisermos, como uma espécie de *utopia* (o que eu gostaria de ser eu não sou ainda) que mobiliza indivíduos, grupos e sociedades inteiras através dos tempos. Como ideal ético e político, ela fecundou as reflexões de muitos pensadores e foi requisitada como guia prático por homens e mulheres empenhados na busca de uma vida mais intensa e feliz. Se o exemplo dessas pessoas permanece difícil de ser repetido em nossos dias, é porque, como utopia, seus

testemunhos servem de inspiração para as práticas alternativas urgentes ao modo atual de vida, tido como o único possível, cuja falência parece, vez ou outra, evidente. Pensar a simplicidade é recusar o pensamento único e principal. É pensar no avesso do comum. Revirar o sentido.

É como um conjunto de práticas, portanto, que a simplicidade carece de elogio. Quando enalteçemos alguma coisa é porque já, de alguma forma, vislumbramos seu valor, ainda que ela não seja efetiva e que, ademais, permaneça como algo a ser buscado. Exaltar é reconhecer a importância, dizer que vale a pena, que é possível e desejável. Falar da simplicidade, dessa maneira, mesmo que não seja ainda vivê-la, é, enquanto reflexão, já experimentar sua relevância ética, social, econômica, ambiental e política. Ainda que permaneçamos contraditórios: nesse campo, *pensar sobre* ainda não é *viver como*. Que importa? Pensar já é um ato vivencial e vale como perspectiva. Simplicidade é projeto. Fermentação de possibilidades. Revigoramento.

Sendo assim, o livro é uma pergunta. Está cercado de sinais de atração, mas não quer se proteger nas respostas nem moralizar o discurso. O livro não é uma prescrição moral nem um manual teórico. É apenas um convite para a leitura do mundo sob outra perspectiva. Um ensaio investigativo sobre um desses temas filosóficos cuja grandeza engendra a impossibilidade de definição. O que é simplicidade? Eis o problema. Como não se trata de um conceito, podemos apenas encontrar meios de aproximação. Como dietética, a simplicidade resiste a qualquer significação exata. Por isso mesmo, talvez tenha sido considerada por muitos como uma espécie de *problema perdido*, insolúvel, desperdiçado. Reabilitá-la significa, nesses termos, concentrar-se sobre o que é verdadeiramente pensável nesse âmbito, apoiado na confiança de que se trata de uma categoria existencial e, assim também, de uma categoria do

pensamento. Pensá-la é lançar-se na experiência de tornar a vida mais significativa.

Não se espere do livro, assim, um testemunho de respostas. Como *elogio*, o livro é uma partilha de reflexões sobre como vivemos, sobre como poderíamos viver, sobre por que não vivemos como gostaríamos, sobre o que aconteceria se vivêssemos, sobre a validade da tentativa e as contradições e os equívocos que ela guarda. As respostas nos serão fornecidas pelo espólio da filosofia, no qual a legitimidade do tema poderia ser buscada. Recuperando-as e reconectando-as, a teia do livro se forma e as ideias se tornam mais instigantes. Possibilitam a transcendência (ou seria mesmo a transparência, como sugeriu Rousseau?) do real. Alongam as visões, tantas vezes embargadas pelo presente. Pensar é perfurar o mundo real e, nas brechas, ver do outro lado. É isso, simplesmente, o que o livro propõe: rejuvenescer as ideias passadas, elogiar os experimentadores, ver nas porosidades.

O livro, por si mesmo, tem sua terapêutica. Escrevemos para nos *tornar* o que ainda não somos. Revelação de uma procura, a escrita é um diálogo do absurdo, porque o que se diz, ao ser dito, projeta-se no âmbito do que se deseja. Como desejo, todo pensamento é uma falta. Do contrário, seria um mero relato, pobre coleção do real que, sendo apenas descrição, confunde-se com a pobreza do que é e recusa a exuberância do que poderia ser. A filosofia, por não ser apenas literatura ou jornalismo (coisa de outros valores!), nunca narra ou descreve somente o que foi ou o que é. A filosofia é formulação de hipóteses e conjecturas sobre o que não é mas poderia ser, sobre o que deveria ser mas não é ainda, sobre o que foi mas permanece esquecido, sobre o que é assim mas poderia ser de outro modo. Sem perder a conexão com o real, a filosofia é contravenção de sentidos e transvaloração. Não é justamente isso que tem arremessado a mente humana, através dos tempos,

para além de seus limites? Filosofia é transcendência justamente nesse ponto em que ela é também contraditória e insuficiente. A filosofia é um enredo do futuro. Nela a ocorrência do pensamento resolve a difícil equação do tempo ao atirar-se para além dos horizontes fechados. Filosofia é experimento de liberdade.

Como dietética (e portanto, também como *sabedoria prática*), a simplicidade começa com uma pergunta sobre o melhor modo de *habitar* o planeta, a casa comum da humanidade. Suas práticas acumulam uma consciência planetária, uma recusa do solipsismo, um gosto pela alteridade. Se o primeiro volume dessa coleção nos levou ao aconchego do lar e o segundo nos colocou em viagem, este terceiro volume completa a trilogia perguntando-se sobre o *modo* dessa experiência. Dentro de casa, pensamos a integridade do eu. Na viagem, pensamos a alteridade do *outro* no encontro com o *eu*. Dentro e fora, a simplicidade é o modo dessa relação entre eu, outro e mundo, incluindo coisas e demais seres vivos. Como *habitamos* é como *somos* (a metáfora da casa) e como nos *tornamos* (a metáfora da viagem). A simplicidade é a designação desse *como*, é a prática, a postura, a maneira, a atitude e o aspecto dessa habitação do dentro e do fora. Sua revelação, portanto, é um habitar *em si mesmo* e um habitar *fora de si mesmo*. Mas sempre um *habitar*. Sempre um *ser*.

A casa e a viagem são as metáforas para essas duas perspectivas descobertas pelo povo grego, que soube combinar moderação e autoconhecimento para dar à luz dois conselhos de simplicidade escritos na fachada do Templo de Apolo em Delfos — escolhidos como temas articuladores desta obra: “conhece-te a ti mesmo” e “nada em excesso”. A primeira, atribuída a Tales de Mileto, e a segunda, a Solon de Atenas, dois dos sete sábios

da Grécia, cujas máximas eram muito conhecidas e seguidas. Nos dois preceitos, o gosto pela harmonia concorda com o conhecimento das próprias necessidades. A primeira delas fala da *habitação de si*. A segunda, da *habitação do mundo*. Conhecer a si é habitar em si. Recusar o excesso é saber/aprender habitar no mundo. De um lado, a segurança da casa. Do outro, a abertura da paisagem. Entre uma coisa e outra, as nossas atitudes. A vida boa depende do exercício dessas duas recomendações.

Modernamente, o conceito de *simplicidade* forjou-se, aos poucos, sob diferentes roupagens, relacionado a ideias de *simplicidade voluntária* (título do livro de Duane Elgin), de *minimalismo* (em 1973 Friedrich Schumacher escreve *Small is Beautiful*), de *consumo consciente* ou de *vida simples*. Tais noções aparecem como alternativas éticas e políticas ao consumismo, ao excesso do supérfluo, à ostentação e à compulsão — em geral associados a patologias comportamentais daqueles que não sabem o que precisam e, por isso, vivem no exagero, na pompa e na soberba, associados a sentimentos de arrogância, afetação, esnobismo, imponência e sofisticação vazia. Em resumo: muita forma e pouco conteúdo.

Por sermos aceitos prioritariamente como *consumidores* e não como *produtores*, perdemos nossa criatividade e nossa capacidade inventiva. Ficamos atrofiados e reduzidos à condição de receptores. Consumir é acessar o que está disponível, destruir, devorar e gastar. Ao contrário, a simplicidade apresenta-se como um apelo à consciência, à inspiração, ao sentimento puro e à racionalização da vida, uma espécie de terapêutica contra tais práticas desviantes tidas e promovidas como motes centrais do atual modelo socioeconômico.

À medida que se expandem culturalmente, essas práticas passam a caracterizar um modo de vida e, mais ainda, tornam-se eles mesmos o modo de vida por excelência, ou seja, passam a formar caracteres, atitudes, estilos e costumes. O consumo compulsivo, apoiado nas promessas da felicidade impetrada pelo aparato mercantil, é oferecido como o único caminho pelo qual um indivíduo conquista seu lugar na sociedade. Cada vez mais tais exageros passam a fazer parte do nosso ambiente social e dirigir nossos processos psíquicos, interferindo no alcance da maturidade individual, na formação de nossas personalidades e na construção dos nossos laços sociais. Ao invés de propiciar vigor, tais exercícios atrofiam, enfraquecem, enfermam.

O *elogio à simplicidade* apresenta-se como um aparelho fecundo quando se trata de analisar esse modo segundo o qual organizamos nossas vidas no mundo contemporâneo. Tal estilo de vida (baseado prioritariamente em práticas de consumo) age por dois dispositivos: de um lado, a desqualificação do desejo — não sabemos o que queremos, o que buscamos, o que desejamos. Agimos compulsivamente, motivados por um apetite descontrolado, desconhecido, desenfreado. Estamos confundidos na maquinaria da oferta, da facilidade do crédito, da promessa de felicidade fácil, de solução para nossas frustrações. De outro lado, a banalização do prazer: substituímos a busca da felicidade por qualquer deleite amador, facilitado por pequenas alegrias cotidianas que nos perturbam, prejudicam a capacidade reflexiva e nos entregam aos feixes de prazeres oferecidos pelo erotismo pueril que aprisiona todos numa eterna (e eternamente insatisfeita) puberdade. O prazer é sequestrado pela mercadoria: para o amigo, o presente; para a brincadeira, o brinquedo; para o *hobby*, os instrumentos (de pesca, caminhada, turismo); para o amor, os bens (cosmética, carros, roupas); para o sexo, os troféus. O consumismo é nossa infantilidade transformada em regime econômico e em distúrbio psíquico.

Que coisas gratificam? Que coisas são prazerosas para nós? Como usamos as nossas coisas? São elas fontes de alegria? Ou geram ansiedade, frustração e aborrecimentos? Quais efeitos colaterais do consumo valem a pena? Que mordomias valem mais do que o tempo dos amigos, do trabalho prazeroso, da família, dos livros e das músicas prediletas? Como viver com sobriedade para evitar a extrema desigualdade social que ainda marca vergonhosamente a sociedade humana em nossos dias? Como evitar os excessos que nos distanciam de nós mesmos? Perguntas que deveriam se tornar nossas preocupações cotidianas. Estou — falo agora em primeira pessoa — cada vez mais convencido de que a filosofia do cotidiano, essa atividade reflexiva ininterrupta que deve guiar nossa vida, deveria torná-las as questões centrais da vida moderna. Chego a pensar que a simplicidade, dessa forma, é a virtude mais urgente dos nossos tempos. Refletir sobre ela é pensar o ser humano que queremos ser e o quão autênticos nos queremos. É pensar nossa forma de relação com a natureza sob nossos cuidados. As gerações futuras sob nossa responsabilidade. Fazer filosofia hoje é, em boa medida, desenvolver essa sabedoria prática, como experiência ininterrupta da porosidade do pensamento que encharca a vida e da vida que rejuvenesce o pensamento: ao elogiar a simplicidade, este livro não apenas recorda a importância teórica do conceito, mas quer ressignificá-lo com o frescor das novas alvoradas.

Do ponto de vista ontológico e epistemológico, simples é o que não tem variedade e não é composto, o que existe de um único modo, sem ser dividido em várias partes. Isso está presente na própria etimologia da palavra: *simplus*, em latim, significa tanto *único* quanto *sozinho*. Por isso, simplicidade é a característica daquilo que é singular e, como evidenciou Aristóteles na *Metafísica*,

não tem variedade, aquilo que tem um modo regular e necessário, sem sofrer muitas alterações. Dessa concepção, depreende-se a ideia de que simples é o que não se deixa afetar pelos agentes externos e que se encontra concentrado apenas em si mesmo, de forma autônoma, sem depender ou se deixar danificar pelos objetos e seres do mundo exterior. Sendo autônomo, o simples é mais livre. Uma espécie de manifestação da essência, do principal.

Além disso, a simplicidade está relacionada à moderação e ao equilíbrio da vida cotidiana, tal como o mesmo Aristóteles, apoiado na longa tradição grega, evidenciou em seu *Ética a Nicômaco*. Como meio-termo entre a falta e o excesso, a simplicidade é uma virtude que, do ponto de vista político, deve ser vivida como compromisso contra a pobreza e a desigualdade e, ao mesmo tempo, contra o desperdício e o acúmulo de bens. O extremo da ostentação se apoia no outro extremo da penúria. Quando se anulam os abismos sociais que fabricam gente que precisa se vender ou vender sua força de trabalho a preços, para dizer o mínimo, módicos, então o resultado é que também o luxo ufanista decai. E sem quem lhe compre o pão diário ou quem lhe sirva todos os dias uma refeição requintada, uma pessoa descobre que caminhar até a padaria na primeira hora do dia ou cozinhar uma receita recém-descoberta e oferecer, com suas próprias mãos, aos amigos, pode ser uma experiência impagável. Pronto. Quem descobre a simplicidade depara-se com a intensidade das alegrias cotidianas e com a justiça que há em não usufruir da desigualdade que grassa, infelizmente, a passos longos na sociedade mundial. Sem esses gestos simples, a desigualdade será mantida, como custeio de privilégios. Mais leves, as pessoas ficam mais portáteis, mais práticas, mais livres, mais abertas para as experiências principais, sem as quais a vida passará morna — sem força e sem graça.

Por isso, a simplicidade é um princípio político que se apoia numa disposição interna de gerenciamento dos bens em benefício

da satisfação das necessidades e não é um mero apelo à pobreza ou mesmo uma forma de desculpar a riqueza e a ostentação. Como capacidade de depender apenas do que é necessário, ela é um poder interno de decisão e condução da vida em busca da igualdade social e da dignidade humana. Com isso, a simplicidade pode nos orientar na compreensão crítica da sociedade contemporânea, na qual progridem os abismos que separam ricos de pobres.

É preciso lembrar ainda que simplicidade não é simplificação. Podemos ser simples, sem simplificar no sentido de flexibilizar, reduzir, facilitar, restringir ou resumir as experiências humanas. Tal conceito enfraqueceria a profundidade dessas experiências e abreviaria os sentidos intensos que formam nossa existência. Ao contrário, a simplicidade é um aprofundamento e não uma superficialização da vida. Ao recusar o famoso conselho de Descartes, cujo sentido mais geral foi a fundação do paradigma mecanicista moderno que pretendia conhecer o todo a partir de suas partes mais simples, a contemporaneidade preferiu a complexidade, a visão sistêmica e holística. A simplicidade moderna virou sinônimo de reducionismo, determinismo, legalismo, ordenamento rígido, funcionalismo, objetivismo, raciocínio linear e falta de criatividade. Nela indivíduos se tornaram peças de engrenagem, função do todo, vítimas de um poder centralizador e, não raro, tirano. Em seu lugar, a complexidade assumiu novas projeções: redes, caos, incertezas, não linearidade, mais sinergismo, mais participação, mais

Refiro-me aqui a muitas práticas correntes em nossa sociedade que tentam desculpar ou legitimar a desigualdade social ou a posse de riquezas, com atitudes de simplicidade no cotidiano. Tais práticas, ainda que interessantes, porque guardam um esforço pessoal e, portanto, um exercício, não podem ser reduzidas a um mero processo de ajuste de consciência. Do ponto de vista social, elas são insuficientes. Como princípio político, a simplicidade deve animar atitudes sociais de combate à estrutura que continua gerando a desigualdade. Do resto, seria apenas mais uma espécie de individualismo, com pouco benefício para a sociedade como um todo e pouca efetividade prática.

sincronismo, inter e transdisciplinaridade. Valorizou-se as articulações, os cruzamentos, as intersecções.

O *elogio à simplicidade* não desconhece essa tendência. Ainda que o enfoque, nesta obra, seja ético-dietético (e não epistemológico), pretende-se articular as novas exigências e, evitando a simplificação (no sentido de redução e empobrecimento), convidar a olhar para o *principal*. Favorecidos pela simplicidade, poderemos nos aproximar dos pontos vitais de intersecção com as coisas, as pessoas e o mundo em geral. A simplicidade é uma espécie de escavação até o mais essencial. Uma arqueologia das necessidades. Um amor ancestral de pregnância gradativa pelo que é mais original. Arqueofilia das memórias. A chave para os universos soterrados pelos excessos e por suas compulsões. Para a antiguidade do humano, onde está sua autenticidade mutante. Movidos pela simplicidade, atingimos o fundamental e escapamos do superficial e ilusório. Cavoucamos respostas. Evocamos sentidos. Encontramos o nó das redes. O lugar da interação. A simplicidade aqui não é recusa do complexo, mas a porta de acesso a ele.

A dieta, nesse caso, não pode ser uma contenção da energia vital. Por isso, a simplicidade expõe uma espécie de paradoxo: ser simples é aprofundar as vivências de tal forma que encontremos, no âmago mais profundo delas, a complexidade do ato mesmo de viver — de todas as demais experiências vitais, portanto. A simplicidade é uma espécie de estado experimental em que provamos o geral no particular. Atualizamos o mais antigo. Num abraço carinhoso, vivemos a aventura do conceito mesmo do abraço. Num presente recebido experimentamos a grandiosidade de um afeto verdadeiro. A simplicidade da experiência expressa a riqueza da vida inteira. A percepção visual de um pôr do sol sobre o mar traduz o sentido mesmo do ato de viver, condensado de forma simples no embrulho da experiência. É como se a simplicidade desatasse o nó da existência e os sentidos condensados nos pequenos gestos dessem acesso ao

sentido último do viver, algo vedado quando se leva uma vida atormentada, aturdida e superficial.

Por isso, ela demanda um olhar atencioso. Ser simples é olhar com serenidade para os pequenos gestos, é prestar atenção às vivências menores que formam o mosaico colorido da vida. Para condensar essas experiências e alcançar essa verdade primeira, límpida e única, precisamos estar vigilantes, o que significa fugir do barulho e da agitação que marcam as sociedades modernas. A simplicidade rima com o silêncio dos pequenos eventos. E esses somente serão percebidos se houver quietude prazerosa e placidez de espírito. É preciso permanecer calmo, como ensinaram os estoicos.

A simplicidade tem duas perspectivas: uma exterior e outra interior, resumidas nos preceitos gregos “nada em excesso” (perspectiva exterior) e “conhece-te a ti mesmo” (perspectiva interior), que dão título às partes deste livro. Se não consideramos o homem um ser fixo, portador de uma identidade única e fechada, mas um ser de relações (um *inter-ser* que se faz a partir de contatos, choques, conflitos e resistências com o mundo à sua volta), então podemos concluir que o “exterior” produz o

Heidegger, já na primeira parte de *Ser e tempo*, afirma, a esse respeito, que “o ser é sua dinâmica de exercício e por isso sempre difusivo de si mesmo. Em consequência, todas as realizações em modos de ser trazem inscritas na sua constituição essa dinâmica difusiva do ser. A pré-sença é o lugar em que aparece esta imbricação. Por isso, todas as suas concretizações na existência exercem uma ação expressa pela preposição com (*mit*). Assim, nunca se dá um ser ou modo de ser isolado. Todo ser é sempre ser-com mesmo na solidão e isolamento, a pré-sença é sempre co-pre-sença (*Mitdasein*), o mundo é sempre mundo compartilhado (*Mitwelt*), o viver é sempre con-vivência (*Miteinandersein*). Até mesmo o ser simplesmente dado, desprovido do caráter da pré-sença, embora não sendo centro difusivo de relações, só se dá como ponto de referência de relações da pré-sença” (HEIDEGGER, 1996, p. 318).



O conceito de *simplicidade* prolonga-se na história ocidental. Está associado a valores como prudência, moderação, temperança, equilíbrio, serenidade. Permanece como uma espécie de utopia que mobiliza indivíduos, grupos e sociedades inteiras através dos tempos. Como ideal ético e político, ela fecundou as reflexões de muitos pensadores e foi requisitada como guia prático na busca de uma vida mais intensa e feliz. Se viver é a arte das interações, a simplicidade é um *modo* de existir. Faz parte da dietética dos cuidados, um regime filosófico cujo benefício é a beleza existencial, traduzida pelos dois conselhos gregos que amparam a argumentação desta obra: “nada em excesso” e “conhece-te a ti mesmo”. Dois lemas. Dois testemunhos. Duas admoestações. Para ontem e para hoje, fundam a filosofia do cotidiano, essa necessária atividade reflexiva ininterrupta que vê na simplicidade a virtude mais urgente. Valor intrínseco, é regime de zelo consigo mesmo. Arte de viver destinada ao bom uso dos prazeres e à satisfação adequada das necessidades vitais. Refletir sobre ela é pensar o ser humano que queremos ser. Nossa forma de relação com os objetos dispostos para nosso uso no mundo, com a natureza vinculada ao nosso cuidado e com as gerações futuras sob nossa responsabilidade. Ao elogiar a simplicidade, este livro não apenas recorda a importância teórica do conceito, mas quer ressignificá-lo com o frescor das novas alvoradas.