

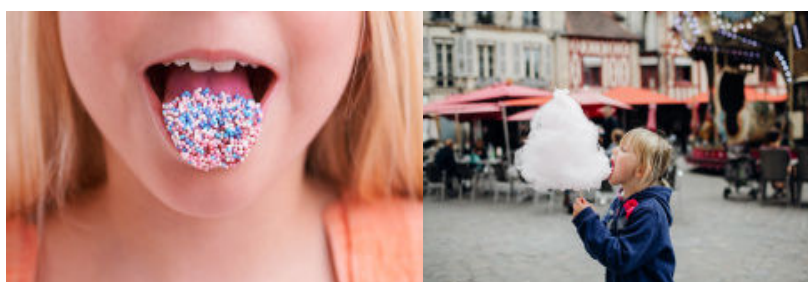
Sobre o hábito e a banalização das relações humanas (3): diga-me seus hábitos e saberei quem tu és

ANTONIO MENDES DA SILVA FILHO*

“We are what we repeatedly do. Excellence then, is not an act, but a habit.”
Aristóteles

Aristóteles ajuda-nos a caracterizar e compreender o comportamento humano quando afirma *“Nós somos aquilo que fazemos repetidamente. Excelência, então, não é um modo de agir, mas um hábito”*. Hábitos podem exemplificados por virtudes ou vícios, esses últimos incompatíveis com a felicidade e bem-estar humano. Hábitos compreendem atitudes realizadas costumeiramente, fruto da frequente repetição de determinados atos. Hábitos são traços humanos desenvolvidos ao longo da

vida. Desenvolvidos? Sim. Por acaso alguém nasce com hábito de fumar ou adicionar açúcar ou sal ao seu alimento? Hábitos e especificamente os maus hábitos ou vícios, influenciam, banalizam, esvaziam e desumanizam as relações humanas. Não apenas ele é uma doença para o indivíduo, mas também para coletividade, a sociedade. Este artigo explora e discute como hábitos podem afetar a as relações humanas pessoais e nas organizações [1], [2], [3] e [4].¹



Diga-me seus hábitos e saberei quem tu és

O que caracteriza o (comportamento das) pessoas?

O hábito é um comportamento ou ato que o ser humano realiza frequentemente. Não é uma característica como cor de cabelo, pele e voz intrínseca ao ser desde seu nascimento, mas um costume que o ser humano desenvolve ao longo de sua vida. Por exemplo, hábitos como fumar e adicionar açúcar ou sal a alimentação são desenvolvidos. Perceba que reproduzir um comportamento ou ato repetidamente resulta em hábito. Aristóteles ajuda-nos a caracterizar e compreender o comportamento humano quando afirma:

“Nós somos aquilo que fazemos repetidamente. Excelência, então, não é um modo de agir, mas um hábito”.

Os hábitos que as pessoas desenvolvem ao longo da vida são frutos do desejo e experiências. Nesse âmbito, o desejo pode ser de realizar costumeiramente algo bom ou mau, que podem resultar em bom ou mau hábito. Bons hábitos como a incansável busca de soluções para problemas da humanidade e busca de respostas podem ser ilustrados na determinação de protagonistas como Albert Einstein e Thomas Edison. Trata-se de personagens que trabalham em pró de contribuição para humanidade; eles dedicaram seu tempo às gerações subsequentes. Exemplos de bons hábitos são: (1) a determinação desses homens na busca de soluções e inovação, (2) a capacidade de empreender e criar novas oportunidade de negócios e riqueza às cidades e nações, e (3) ter ações de respeito, amor e solidariedade com as outras pessoas. Neste artigo, o foco recai sobre os maus hábitos, ficando os bons hábito para ser tratado em artigo futuro.

Os hábitos caracterizam a pessoa, revelando traços de sua conduta e comportamento no dia a dia. Montaigne (no Livro III de Os Ensaaios), quando trata da virtude afirma que *“para julgar honestamente um homem é essencial examiná-lo em seus atos cotidianos”*. Parafraseando Montaigne, pode-se dizer que para entender uma pessoa, é essencial perscrutar seus hábitos.

Observe que os hábitos podem exemplificados por virtudes ou vícios, sendo esses últimos responsáveis, por exemplo, pela banalização e desumanização das relações humanas. Não apenas constitui o mau hábito e doença para o indivíduo, mas também para a sociedade.

Maus hábitos são vícios, sendo o egoísmo a fonte de todos os vícios. Do egoísmo, derivam-se outros maus hábitos ou vícios como orgulho, vaidade, ambição e inveja. Observe que um vício é fruto do desejo humano (característica intrínseca à natureza humana). Trata-se de espécie de comportamento desmedidos, uma espécie de desequilíbrio humano. Exemplos de maus hábitos compreendem:

- Reclamar (de tudo/todos); estar (quase) sempre insatisfeito
- Encontrar defeito em todos e em tudo (e quase nunca em si próprio)
- Responder de maneira grosseira ou desequilibrada e indiferente ao interlocutor
- Desperdiçar o tempo frivolamente em atividades improficuas

Observe que o mau hábito ou vício tem sua origem no desejo humano. O desejo, por sua vez, quando se dá de modo compulsivo, torna-se vício, pois a pessoa se torna um dependente dessa ‘droga’, i.e., objeto do desejo.

O mau hábito ou vício constitui espécie de doença ou desequilíbrio

comportamental, e a execução de um mau hábito por uma pessoa pode implicar em malefício a si mesma ou outras pessoas. Por exemplo, o hábito de fumar é prejudicial à saúde de quem fuma e das pessoas que se encontram

próximas a quem fuma. Outro exemplo é dedicar horas em excesso do tempo produtivo (pessoal ou profissional) conectado à Internet em atividades estéreis, infecundas.



Diga-me como usas teu tempo e saberei quem tu és

Mas, perceba que se existe um vício ou tem comportamentos ou atos compulsivos, então isso caracteriza uma espécie de dependência. E, por que isso acontece?

Quando umá pessoa não mais consegue ter controle sobre seus desejos de usar algo que resulta em malefício a si mesma ou outrem, quando não mais a pessoa governa seu desejo de expressar determinado comportamento, identifica-se então uma dependência, um vício, i.e., um mau hábito. Se, por exemplo, uma pessoa tem o hábito de estar conectada à Internet para ficar sabendo de tudo que:

- a) Acontece no mundo
- b) Está sendo comentado nas redes sociais
- c) Foi mais curtido naquele dia
- d) Disse ou postou as outras pessoas da qual você é seguidor(a)

E, se esses exemplos acima e outros é uma necessidade a esta pessoa, existe uma dependência, um vício, i.e., uma doença. E, nesse caso, os sintomas da doença só aliviam quando a dose da 'droga' (i.e. estar conectada à Internet) aumenta. Isso gera **ansiedade**, ansiedade pela próxima dose da droga, e quando esta não é suficiente, busca mais e mais.



Diga-me o que alimenta teu cérebro e saberei quem tu és

Não é de surpreender que parte da população esteja doente (e não se aperceba) e sinta ansiedade. O pior é que essa pessoa tem agora, pelo menos, dois problemas: Vício (resultante de mau hábito) e ansiedade.

Muitas pessoas costumam dizer: “eu quero, mas não consigo”. Elas se acham impotentes em dominar, em controlar, em comandar seus maus hábitos. Mas isso acontece não porque elas não conseguem, mas porque elas têm vontade nos lábios apenas.

O mau hábito ou vício não está no desejo e no ato, mas na exageração deste ato. Não é mau hábito adicionar açúcar, sal ao alimento, muito menos estar conectado à Internet. Todavia, a exageração desses atos constitui maus hábitos e, portanto, vícios.

Não me surpreende a dificuldade de encontrar pessoas com hábito de ler um livro (obra clássica), apreciar e analisar uma obra de arte (como, por exemplo, uma escultura ou pintura) ou ter a paciência em ouvir o outro. Talvez, se

as pessoas cultivassem outros hábitos e desacelerassem, pudéssemos ter uma comunidade e não bando de pessoas conectadas em rede, mas desprovidas de laços humanos.

Vale lembrar *hybris* antecipada por Albert Einstein ao afirmar:

"I fear the day that technology will surpass our human interaction. The world will have a generation of idiots".

(Tenho medo do dia em que a tecnologia vai se sobrepôr à interação humana. O mundo terá uma geração de idiotas).

E, para finalizar, ressalta-se o que Sócrates costumava sugerir que o ser humano deveria **evitar vícios que levassem a um desequilíbrio**. Deixo ao leitor o exercício de responder a questão:

Por que o ser humano tem dificuldade em aproveitar (gerenciar) um bem precioso, i.e., o tempo, que até aqueles pensam nada ter, também o tem?



* **ANTONIO MENDES DA SILVA**

FILHO é Doutor em Ciência da Computação pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE).

¹ [1] *Intelecto Humano: Liderança Requer Compromisso e Compleição*, disponível em <http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/EspacoAcademico/article/view/13040/6859>

[2] *Desejo, ansiedade e hybris na era da conectividade - Sobre a natureza humana*, disponível em <http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/EspacoAcademico/article/view/30039/15621>

[3] *Criatividade em ação: dados, determinação e desejo na tomada de decisão e solução de problemas*, disponível em <http://www.espacoacademico.com.br/081/81amsf.htm>

[4] *O valor da criatividade no ambiente corporativo*, disponível em <http://www.espacoacademico.com.br/051/51silvafilho.htm>